

Der ... des Monats! "Der Schei? des Monats" - So bezeichnete der Marburger Apotheker eine Aktion gegen ein als Wundermittel gepriesenes Präparat aus Haifischknorpel und startete damit eine Kampagne, die bundesweit in allen Medien Aufmerksamkeit erregte. Das vorerst letzte Produkt ist das vorliegende Buch. Das Buch besteht eigentlich aus drei Themengebieten, die auf fünf Kapitel verteilt wurden. Zuerst beschäftigt sich Huesmann mit einigen Produkten und schildert deren Wirkungslosigkeit. Natürlich muss am Anfang das Haifischknorpelpräparat stehen, mit dem alles anfing. Dabei verrät er fachlich und sprachlich sehr gut verständlich, was in den Präparaten wirklich enthalten ist und warum sie überhaupt nicht wirken können. Hier wie auch im Rest des Buches finden sich immer wieder eingeschobene und im Layout abgesetzte Kapitel, in denen Mittelchen, Hintergründe oder Fakten dargestellt werden. Das zweite Kapitel erläutert als direkte Ergänzung, was in der Werbung für diese wirkungslosen Präparate alles erlaubt "und eben auch nicht erlaubt" ist und wie die Produzenten der Produkte die Grenzen bewusst überschreiten. Hilfreich dabei ist für sie, dass die zu erwartenden Strafen gering sind, wenn die Produzenten überhaupt erwischt werden. Denn meist arbeiten sie aus dem Ausland heraus und sind juristisch nur schwer zu belangen. Natürlich darf dann auch nicht der Hinweis fehlen, dass man Nahrungsergänzungsmittel, um solche Stoffe handelt es sich nämlich bei diesen Stoffen mit fraglicher oder ohne Wirkung nämlich im Sinne des Gesetzes, nicht aus unklarer Quelle wie dem Auslandsversandhandel oder Internet kaufen soll, sondern wenn überhaupt, in Drogerie und Apotheke. Dabei verschweigt er aber nicht, dass viele gerade der nutzlosen Stoffe auch über Apotheken vertrieben werden und wenige seiner Kollegen "des Profits wegen" bereit sind, fair vom Einsatz und Kauf dieser Mittelchen abzuraten. Im nun folgenden Kapitel, dem vierten Hauptkapitel, geht der Autor dann ausführlich auf die Frage ein, was denn Nahrungsergänzungsmittel im Sinne des Gesetzes sind, und er erklärt sehr nachvollziehbar, dass die meisten Mittel überhaupt nicht wirken dürfen, weil sie nämlich sonst eine klinische Prüfung hinter sich haben müssten, die nicht nur teuer, sondern auch langwierig ist. Sehr gut das Kapitel über den Placeboeffekt, denn nur, weil etwas nicht wirkt, braucht es nicht wirkungslos zu sein, wenn der Kranke an die Wirkung glaubt. Zwar sind wirklich schwere Erkrankungen wie Krebs oder ähnliches dadurch nicht zu heilen, aber die Selbstheilung wird als heute noch häufig unterschätztes Phänomen gewürdigt. Im letzten Kapitel schließlich werden einige sinnvolle Nahrungsergänzungsmittel vorgestellt und in ihren Wirkungsmöglichkeiten beschrieben. Im Buch fehlt mir nur ein Punkt, der zwar nur für einen bestimmten Personenkreis Bedeutung hat, nämlich Hochleistungssportler, die sich Dopingkontrollen unterziehen müssen, aber nichtsdestotrotz gerade in letzter Zeit ungeahnte Aktualität erlangt hat. In zahlreichen Nahrungsergänzungsmitteln unklarer Herkunft sind nämlich Nebenprodukte enthalten, die unter die Dopinggesetzgebung fallen. Unrühmliche Berühmtheit hat hier besonders Nandrolon erhalten. Ansonsten ist dieses Buch eine empfehlenswerte Anschaffung für alle, die sich fragen, ob eines der vielen angebotenen Wundermittel wirkt. Es kann helfen, sehr viel Geld zu sparen, denn jeder Euro in eines der nutzlosen Mittelchen ist verschwendetes Geld. Und dass in diesem Buch nur zwei Stellen geschwärzt werden mussten, spricht wegen der teilweise sehr offenen und herzerfrischenden Sprache des Autors, der kein Blatt vor den Mund nimmt, noch mehr für das Buch. hah12.04.2002